د ریکوری کورنۍ.

د کارونې بندولو پروټوکول 3-MMC د:

متیلمیتکاثینون (میتاپیډرون) — اجباري بیا کارول، د جنسي لوبو په شرایطو او د۳-دواګانو یوځای کارول.

د لارښود هغه ځایه شتون لري چې د زیان اصلي خطر په ډکوالي کې، نه په وتل کې، موجود دی.

د خطر کمولو لپاره معلومات - دا طبي مشوره نه ده | کړکېنه: ۹۱۱ ته زنګ ووهئ یا ۹۸۸ ته پیغام ⚠ ولیږئ.

3-MMC د ځان څخه، خپله، ډېر کم وخت هغه تر ټولو خطرناک برخه وي چې د بندیدو په بهیر کې رامینځته کیږي. هغه څه چې خطرناک دي، هغه د "بنج" عمل دی -- هغه لنډ دوره چې اغیزې لري چې د بیا کارونې لامل ګرځي، چې ځینې وختونه هر 30 څخه تر 60 دقیقو پورې، او ځینې وختونه د ګړیو ساعتونو لپاره، چې له امله یې په تدریجي ډول د زړه فشار زیږي او هیڅ طبیعي پای نه وي. دا لارښود د دې واقعیت په شاوخوا جوړ شوی دی: د "بنج" پای ته رسولو په خپله توګه خوندي لاره، پوهیدل چې څه شی به وشي کله چې دا پای ته ورسېږي، او -- 3-MMC ځکه چې کارول ډېر وخت د نورو موادو سره یوځای کیږي -- د "پولیفارماسي" په اړه سم معلومات ترلاسه کول.

بخش ۰ — فوري امنیت: لومړی دا ولولئ.

ډاغي طبي حالت.

که تاسو د دروندې استعمال په جریان کې یاست یا یوازې د یو لوی دروندې استعمال وروسته، د لاندې نښو لپاره چمتل شئ: سینې درد، ګړندی یا نامنظمه نبض، بدن ته هغه حرارت چې خطرناک ښکاري، د تشنج فعالیت، شدید اغیزه یا پارانویا، یا د شعور له لاس ورکولو. دا سیمپټومیمټیک زهرتیا ده - یو قلبی او عصبي عاجل حالت. د سیمه‌ییز بیړني خدمتونه نمرې ته کلیک وکړئ. دا خطر په هر بیا استعمال سره زیاتیږي، نه یوازې د وروستۍ استعمال سره.

ډاغي طبي حالت.

سره کارول شي (لکه څنګه چې په "چیم سکس" کې ممکن وي، چیرې چې اپیویډونه 3-MMC که چیرې اپیویډونه ممکن د آرامۍ لپاره وکارول شي)، د تنفس کمیدو یا بندیدو، نیلي ژبې یا ګوتونو، او عدم هوښیارۍ لټون وکړئ. دا د وکړئ او فوري ډول سیمه‌ییز بیړني خدمتونه ته زنګ ووهئ. ډېر شمېر Naloxone، اپیویډ زیان دی. که شتون لري 3-MMC ثبت شوي سره ټرلي مړینې هغه قضیې شاملې وي چې نور توکي هم پکې کارول شوي وو، اکثراً اپیویډونه او نور محرکونکي مواد یو ځای.

⚠ احتیاط

لپاره د کورنۍ کمولو، بیا دوز ورکولو، یا د کارونې څرنګوالي په اړه هیڅ معلومات نه درکوي. ځکه 3-MMC دا لارښود د چې دا ترکیب خطر د تدریجي او د سیشن پراساس دی، نه د یوې ټاکلې اندازې پراساس، نو هیڅ مسؤلیت لرونکي لاره شتون نلري چې "خوندور" بیا دوز ورکولو لپاره لارښود وړاندې شي - هر ډول شمېر به یوه واقعیا غیر وړاندوینې وړ خطر ته په غلطه توګه اشاره وکړي. دا لارښود پرځای هغه چوکاټ وړاندې کوي چې څنګه د یوې زیږې پایته رسولو سره خوندوره وي او هغه طبي او ملاتړ جوړښت رامینځته کړئ چې له دې څخه لاس اخیستل اسانه شي.

د بائنګ په اړه تنظیم شوی، نه یوازې د موادو په اړه.

د سنټوریون په اړه -- هغه مکانیزم چې له دې سره، یوه ناسته پای ته رسولو ترنخینه برخه ګرځي.

3-MMC د وینې نیم عمر یو ساعت څخه کم دی، او د اغیزونو چې پیل کیدی شي تر دریو څخه شلو دقیقو پورې د یوه مقدار وروسته. دا چټکوالی په بشپړ ډول هغه دلیل دی چې دا مرکب د میفیډرون منعید لاندې مشهور شو، او دا هم په بشپړ ډول هغه دلیل دی چې د دې بندیدو لارښود ته بل شکل اړتیا ده ترڅو هغه څه ونه وي چې معمولا د دې سلسلې په برخه کې شته. ډېر کم وخت شتون لري چې یو "لست مقدار، اوس انتظار وکړئ" شی

به موجود وي لکه څنګه چې دا د اوږد عمر محرک سره شتون لري. پرځای یې یو سیشن شتون لري چې تل بیا بیا فعال کیږي، هر ځل په بیا بیا مقدار ورکولو سره، تر هغه وخته پورې چې یو څه وشي - ستړیا، د عرضه کمښت، یوه پریکړه، یا په بدترین حالتونو کې یو طبي حالت — دا یې پای ټکوي.

څخه بې کیدو لپاره کار کوي، هغه دا ندي چې د MMC-دا د دې لپاره ده چې ترټول مهم مهارت، کوم چې د 3 لېرې کېدو وروسته د ځوریدو مدیریت وکړي. بلکې دا د یو مشخص پلان جوړولو په موخه ده، مخکې له هغې چې پیل شي، د دې لپاره چې یوه سیشن څنګه پای ته رسیږي. دې کې شامل دي: تاسو څوک ته څه ویږدئ، هغه څه چې تاسو یې د لاس ورکولو وړ نه شئ، او هغه څه چې د بیا دوز کولو غوښتنې په لوړیدو سره په ځانګړي ساعت کې وشي. د "ریکوری کوډ" (Recovery Guide) لومړۍ سلنځه (Section 6) او د هوسا کمولو برخه مستقیم دا موضوع ته ژورنۍ کوي.

د وتلو لپاره د وخت جدول.

فاز	ټایپیک کړنې.	څه پیښ وي؟
عاجل نسټیوالی	د وروستي دوز څخه څو ساعته وروسته، کله چې ډاډیږي.	ډیر کمزوری، د مورال ټیټوالی، او اکثراً شدید تمایل چې بیا د دارو کارولو ته لاړ شئ -- دا تر ټولو خطرناک دوره ده چې ممکن د ډوکو دوام وکړي پرځای یې پای ته ونه رسي.
ژر تر ایستل	لومړي څخه تر پنځمې ورځې پورې.	چېغې، بې‌پلوۍ، خوب د خرابیدو، د خوښې په بدلون؛ قلبی نښې (ډاړېدل، د عادي نبض وده) ممکن یوې ورځې یا دوه ورځې وروسته له یوه لوی دروند مصرف څخه پاتې شي او که دا نښې کم نه شي، نو اړینه ده چې طبي مرستې وغواړئ.
ثباتول	اونۍ ۱-۴	خلاپ او د خوښې وړانده تدریجي عادي کیږي.
PAWS	د لومړیو شپږو میاشتو لپاره.	د میاشتې په اوږدو کې کمزوری حالت او تمایل، چې اکثراً د هغه شیانو له امله رامینځته کیږي چې د ډوخې دورو سره تړلي دي یا هغه کسان/ځایونه چې پکې ډوخه وشوه.

دریم قلمه — څومره وخت پریږي ترڅو شیان بیا عادي شي؟

د لږو، اغیز کمې مودې لپاره، ډېر ځله تیز دردونه څو ورځو کې ختمیږي. د دوامداره زیږیو په حالت کې، د رغیدا مرکزي فاز عموماً ۲ تر ۶ اونیو پورې وخت نیولی، مخکې له دې چې مزاج او خوب ثابت شي، او د څو میاشتو ستونزې ممکن وي. که چیرې کیمیکي جنس یا ډراګز (post-acute withdrawal syndrome) PAWS د لپاره یوې برخې وښې په توګه موجود وي (۶مه برخه)، نو دا مهال هم د دې پرځای پورته ځي چې هغه مواد څنګه درمل شي، پداسې حال کې چې دا یوه وسیله ده د نورو ډراګزونو په MMC-درمل شوي دي؛ کله چې یوازې ۳ پرتله، دا عموماً لاندې تخمین کوي چې بشپړ ثبات ته څومره وخت اړین دی.

شنبدل.

که تاسو پرېښودلې وي او لومړۍ ورځې د تمځای له دې بدې احساس شوي، دا هغه څه سره سمون لري چې ګړندۍ عمل کوونکي محرک د سیستم باندې څنګه اغیزه کوي چې نیم ساعت کې یو ځل څو ساعته د دوا مصرف کړی و. دا دادی چې دا کار نه دی کول. دا هغه ټکر دی چې د لومړي برخې مکانیزم وړاندوینه کوي.

د څلورمې برخې په اړه: تاسو به ډېر احتمال څه تجربه وکړئ؟

- 3 د MMC-یو تیز، ګړندی او ناڅاپي ټوټې شوی حالت په پرتله، یو تدریجي کمیدونکی حالت، چې دا د ځانګړي پاکیدو کچه سره مطابقت لري.
- د لومړیو ګورځو په جریان کې د بیا دوز کولو لپاره غیر معمولي او دوام لرونکی تمایل، چې په شدت کې د هغه تر څو ورځو یا میاشتو پورې دوام لرونکي کمزورۍ احساس له ځان سره ډېر توپیر لري، کوم چې معمولاً د ورو سرعت لرونکو محرکونو سره شتون لري.
- د زړه د ناروغیو عوارض، لکه تیزبدل او ټپ کول، چې ممکن د درمل له ختمیدا څخه یو ورځ یا ډېر وخت دوام وموميي. دا عوارض باید معاینه شي، پر ځای یې دا تصور نه کړئ چې یوازی په خپل ځان به کم شي.
- 3 د MMC-که چېرې کیم سیکس یا ډیری درملو کارول د لږ برخه وي، د څخه بې هوښي کول ممکن له نورو توکو څخه د بې هوښۍ یا کمبدو اغیزونو سره جلا شي چې په ورته وختونو کې کارول شوي.

د ۵مې برخې -- د ژینټیکي مطابقت کوډ.

جین / بدلون	د بندیدو اړونده.
DRD2 (Taq1A)	A1 الیل لرونکي ممکن د بیا دوز کولو احساس په ځانګړي ډول شدید تجربه کړي، له امله د کمې لومړۍ استقبالي (receptor) 3 د MMC-کثافت سره چې لنډ دوره اغیزمنوي.
COMT (Val158Met)	د ډوپامینیج د وتلو په څرنګوالي اغېزه کوي او دا چې بیا رغیدو ته اړتیا ده، طبیعي تمکینو ته څه وړاندیز وکړي - د مرستې لپاره، د "ریکاوری ګایډ" لاندې د څلورمې برخې (دویزمه برخه) ته وګورئ.
MAOA (uVNTR)	ښپلوموني مین عصبي رسوا کولو سرعت ممکن د دې اغیزې په کمولو کې مرسته وکړي چې څومره ژر ستړیا راځي کله چې ډوډۍ له لاسه ورکوي.

د سلسمې برخې -- د دواوو ترکیب او د کیم سیکس شرایط.

د کارونې ډېر ځنډ نه کوي معمولا یوازیتوب. پوهیدل چې څه نور معمولاً د دې ډولې په جوړښت کې 3-MMC شامل دي، هغه شی به بدلوي چې خوندور بندي کول واقعیا څه غواړي.

۶.۱ -- اپیوئډز ("سپیډبالنګ")

ډاغي طبي حالت.

سره تړلي مړینې چې ریکارډ کې ثبت شوې، نور مواد هم پکې شامل وو -- ډېر ځله 3-MMC ډېر شمېرل شوي اپیوډونه چې د محرکونو سره یوځای کارول کیږي. د یوې محرکې په ګډون اپیوډ کارول د دواړو موادو د خطرونو لټم پرانیستنه خنډوي -- د محرک اغیزې کولی شي د اپیوډ له زیان څخه د آرامې او سستې نښې پټې کړي، تر هغه چې دا سره مه ځړئ، هیڅکله یوازې کار مه Naloxone حالت پراخ شي. که دا ستونزه ستاسو په ژوند کې شتون لري، د کوئ، او دې ته د دې لارښود ټولې برخې له مخې لومړیتوب ورکړئ.

۶.۲ — جی ایچ بی او میتامفیټامین (ځانګړي چلندونه د "کیم سیکس" یا "کیم فن" په نوم).

3-MMC د GHB اکثراً او/یا میتامفیټامین سره په کیم سیکز شرایطو کې کارول کیږي. هر اضافی توکی خپل ځانګړی ترکید او خوندیتوب لري چې دا لارښود پکې نه دی شامل. که دا ستاسو نمونې ته مناسب وي، د دې بندولو لارښوونې ولولئ ترڅو دا هم GHB د میتامفیټامین او (Recovery Kernel) سیریز کې د ریکوری کرنل

د ترکید خطرونه لري (د مثال په توګه، ټټر) چې د دې لپاره اړین دي چې خپل GHB ولولئ -- په ځانګړي ډول ځانګړی طبي خوندیتوب درلودونکي وي، کوم چې د دې لارښود په 0 برخه کې موندل کیږي.

۶.۳ — د سپو په واسطه استعمال (ټرک کول)

د سپرۍ کولو له لارې کارول شوی وي، نو د بندیدو لپاره یو لیس باید د وینې په واسطه خپرې MMC-که چیرې 3 لپاره ازمویني او د سپرۍ کولو ځایونو ارزښت شامل کړي، پرته له دې (HIV، hepatitis C) شوونکو ویروسونو چې د موادو د کارولو څرنګوالي ته کتنه وشي. د کیمیکس ځانګړي روغتیا خدمات او د سوزونو تبادله په ډیرۍ لوی شمارونو کې د محرمیت سره چمتل دي او دا یو مناسب لومړنی ټاکنه ده، حتی مخکې له دې چې په مستقیم ډول د موادو د کارولو څرنګوالي ته کتنه وشي.

۶.۴ — مخکینۍ د زړه یا رواني ناروغیو شتون.

⚠ احتیاط

لپاره د خطر MMC-د زړه نارو، لوړ فشار، جنون یا د دوه قطبي اختلال شخصي یا کورنۍ تاریخ، په ځانګړي ډول د 3 حساب کې یو مهم بدلون راولي، له امله چې دا مواد د زړه او ذهني اغیزات لري. که دا ستونزې تاسو سره موندل شي، دې موضوع په مستقیم ډول خپل طبي معالج ته خبر کړئ - دا هغه وخت چې د درملنې پایته رسولو ته اړتیا شتون لري او همدارنګه د درملنې پروسې په جریان کې کوم طبي څارنه مناسب ده، اغیزه کوي.

دلومه برخه — دپټرتونو په وېشولو څخه کار واخلئ.

کچه	ډول	دا لارښود څه وړاندیز کوي؟
۱ — ازموینی	یو یا دوه ځله کارول، یوه تنه مقدار، هیڅ ډول زیاتې استعمال نه کول.	د بیا رغونې لارښود (Recovery Guide) بیولوژیکي بیا جوړونې برخې عموما کافي وي؛ که چیرې کوم قلبي لاملونه وشي، ډاکټر ته لاړ شئ.
۲ — کارول په ځینې اجتماعي موقعیتونو کې.	د مدتي کارول، چې معمولاً محدود وي او بیا د زیاتېدو احتمال شته.	د سریانو په اړه معلومات د دې لپاره چې دوی په کاین کې څه کوي. * سریان ممکن د نورو سپکو درملو سره یوځای کارول شي، لکه: * Recovery Kernel * Naloxone * COMT * DRD2 * MTHFR * Blueprint * findahelpline.com
۳ — ډول منظم ډکېدل	د څو ساعتونو لپاره د څپلو په ترتیبونو، چې بیا بیا تکرار کیږي.	د ډاکټر شتون اړین دی، په ځانګړي توګه د زړه حالت څارنه، له امله چې تکراري استعمال بدن باندې لوی فشار راوړدوي.
۴ — کارول اکثراً، کیمیکال موادو سره، یا د ډروګونو ترکیب.	بیا بیا د نشو استعمال، اکثراً په ګډه سره، لکه چې غواړي، میتامیفیتامین، اوپیاټونه، یا د سپړنې له لارې.	پزشکی څارنه په کلکو ډولونو وړاندیزول کیږي؛ د MMC-ټولې نشه موادو تاریخ ته پام وکړئ، یوازې 3 ته نه. -- د ۶مې برخې وګورئ.

د لومړی برخې په اړه معلومات ترلاسه کړئ.

د سمجوالې لپاره، دلته ځینې پوښتنې شتون لري:

* ایا تاسو د دې کوډن لپاره مناسب یاست؟
* ایا تاسو د دې کوډن له املې ستونزې تجربه کوئ؟
* ایا تاسو په اړه نور معلومات غواړئ؟

کله چې تاسو دا کوډن ترلاسه کړئ، مهمه ده چې د خپل روغتیا پوه لپاره لاره خلاص کړئ. که تاسو په اړه اندیښنه لرئ، مهرباني وکړئ د خپل روغتیا پوه سره خبره وکړئ.

دلته ځینې معلومات شتون لري چې تاسو یې باید وپوهیدو:

* دا کوډن ممکن ستونزې ولري.
* که تاسو د دې کوډن له املې ستونزې تجربه کوئ، مهمه ده چې د خپل روغتیا پوه لپاره لاره خلاص کړئ.
* تاسو کولی شئ د دې کوډن په اړه نور معلومات ترلاسه کړئ.

زما امید دی چې دا معلومات به مو مرسته وکړي.

د 3-MMC هیڅ لپاره معلومات نشته، او د دې مرکب FDA یا مصنوعی کیټینون د ترکید څخه خلاصې کولو لپاره هیڅ معیاري پاکولو پروګرام شتون نلري. په پام کې نیولو سره چې څنګه پراخې استعمالات کولی شي د زړه او وینې پر سیستم فشار راوړي، د زړه او وینې ارزیابی یو مناسب لومړی ګام دی، حتی مخکې له دې چې د موادو استعمال کولو څرنګوالي ته ځانګړی توجه وشي - په ځیرکو کې که چیرې د زړه خپ کول، د سینې تکلیف، یا ډېر لوړ زړه وهې موجود وي.

⚠ احتیاط

د 3-MMC دا لارښود لپاره ځانګړي کمونې مقدارونو، بیا دوز ورکولو کمواليې برنامو، یا د کارولو څرنګوالي په اړه تفصیلي معلومات نه درکوي، او همدغه شان د هغه درملو لپاره چې د دې بندیدو مدیریت کولو لپاره کارول کیږي. یو ډاکټر چې ستاسو د کارونې نمرو، د بینګې فریک wens، او کومو نورو موادو سره چې تاسو یې کاروئ په اړه معلومات لري، هغه د دې ډول ځانګړي معلوماتو لپاره مناسبه سرچینه ده.

د هغه ناستې لپاره څه راوړوئ:

- د عادي سیشنونو، د بیا دوزې فریکونسۍ او د انتظام لارې په اړه یوه صادقه حساب.
- د نورو موادو سره کارول، په ځانګړي توګه اپیویډز، نور تحریکونکي، جی ایچ بی یا الکohol.

- ایا تاسو د بینګونو په مهال یا وروسته کوم قلبی لاملونه احساس کړي دي، حتی هغه چې ځان یې بیا عادي کړی؟
- ازموینې تنظیم شي BBV ایا د سپری استعمال یوې برخې په توګه دی، ترڅو د.

د نسبي بیا رغونې پروتوکول (د حاد فاز وروسته).

دا برخه هغه وخت پیل کیږي کله چې هر ډول حاد طبي اندیښنه (د لومړي برخې په اړه) حل شي.

د لومړي پړ -- بیولوژیکي بنسټ.

- د میتایلیشن پر بنسټ عصبي واټرپراکیو تولید ته پراخه ملاتړ کوي (فعال فولات) 5-MTHF.
- منیزیم ګلایسینهټ -- خوب ته د ملاتړ او د زیان رسونکي عادتونو وروسته د زړه روغتیا په بیا رغولو کې مرسته کوي.
- اوریما-۳ (ای پی ای / ډی اچ ای) -- د عصبي سوزش او د زړه او وینې د ناروغیو ملاتړ لپاره، چې یوه ښه ثبات لرونکي خوندیتوب لرونکي تاریخ لري.
- ملاتړه مهمې دي - ډېر وخت د دې لپاره چې ځواکمني elektrolit لپاره لومړ ورځې ثابت رطوبت او زیاته شي، جسم وچ کیږي، چې دا ستونزه د کمزوري احساس او د زړه فشار زیاتوي.

دومرحله -- طبي پاملرنه

که د درېوې رګونو کې کوم خنډ یا ستونزه شتون ولري، نو باید د هغه په اړه څارنه وشي که چیرې د ډوخې په یا نور دواونه چې ځینې کله غیر ،NAC ،بۅپریون) وخت کې کومه ناروغ لیدل شي. د اعتیاد لپاره د دوا انتخاب د طبیب سره په خبرو اترو کې وشي، چې دا په لومړي برخه کې تشریح شوې ده، او دا (رسمي ډول کارول کیږي ستاسو د تکرار نمرو او کوم بل موادو سره سمون لري.

دریم ټیټ: عصبي سیستم تنظیم او چاپیریال بیا رغونه.

- د عرضه محدودولو یا د دې تر لاس رسې څخه منع کول، په دې سیمه کې خورا مهم کار دی، ځکه چې د چمتووالي موجودیت په مستقیم ډول هغه کړ اغیزمنوي چې په لومړي برخه کې تشریح شوې ده.
- ورځن تنفسي تمرین او منظم ایروبیک ورزش، د ډوپامینیجي بیا رغونې او عمومي قلبي بیا تنظیم کولو لپاره ملاتړ کوي، چې دا په زیان رسونکي ډول خوښوونکي استعمال وروسته رامنځته کیږي.
- ځکه چې د ځینو ځایونو او کسانو سره ټرلې تجربې شوې ده چې بیا هم د ستونزې لامل شي، نو دا مهمه ده: چې په دې اړه پریکړه وکړئ. دلته ځینې وړاندیزونه دي

  * د هغه اپلیکیشنونو کارول محدود کړئ چې تاسو یې د "کیم سکس" لپاره وکاروئ.
  * له هغه ځایونو څخه ډډه وکړئ چیرې چې تاسو پخوا "کیم سکس" تجربه کړی ده.
  * د هغه کسانو سره اړیکې کم کړئ چې تاسو یې د "کیم سکس" کې ښکېلتیا وه.
  * نوي، صحي فعالیتونه ومومئ چې ستاسو سره مینه لري.
  * د خپل ځان او خپلو موخو ته پاملرنه وکړئ.

  دا په دې اړه فکر کولو لپاره مهم دي چې څنګه د "کیم سکس" له تجربې څخه د مخنیوي لپاره د عملي بدلونونو پراساس یوه پل جوړ کړئ.

د داسې حالاتو پوهیدل چې په کوم حالت کې مرستې اړتیا ده، بیاځلې تشریح:

ډاغي طبي حالت.

د سینه درد، د تند یا نامنظم نبض، خطرناکې کچې ته رسیدلې جسمي حرارت، د ټټر راټوکیدو، شدید او وده کوونکي اغیزمنتیا یا جنون، یا د هوش له لاس ورکولو څخه په ژرنیزه کې یا د دې څېې وروسته سمدلاسه د اورژانس څانګه ته لاړ شئ. که چیرې اپیویډونه شتون درلود: د تنفس کمیدل یا بندېدل، نیلي ژبه یا ګوتې، عدم استجابة - که ناکامې وي نو ورکړئ او سیمه‌ییز بیړني خدمتونه ته زنګ ووهئ. د کمې مورال، ستړیا، او د خوب بدلون لپاره، پرته له Naloxone پورته یادو شوېو نښو، دا د دوهمې برخې په جدول کې وړاندوینه شوې ده، او همدانګه د یو ډاکټر سره د همدې ورځې اړیکه مناسبه ده، مګر دا یوازی یې د اورژانس کچه نه ده.

د برخې ۱۱ -- بشپړ پروتوکول د تشارح لپاره نقشه.

ولې؟	که دا ستانه پورې اړه لري.
Recovery Kernel — د 3-MMC څنګه د څخه بیرته راستنیدل؟ (مرسته لارښود)	د بیا رغونې بیولوژي او ژانتیک د 3-MMC.
د بندیدو پروتوکول: Recovery Kernel - میتامفیټامین.	متامفټامین په ورکه استعمال.
د بندیدو پروتوکول Recovery Kernel - GHB:	سره یوځای کارول GHB/GBL/1,4-BD.
د کوډو موادو د بندیدو Recovery Kernel - پروتوکول.	د اوپیاټونو همغږي استعمال.
نوو روانې موادو لپاره Recovery Kernel - لارښود.	په پراخه ډول، مصنوعی کیټینونه د عصابیتی فعالونکو دي چې د دوی Strukture په کیټیون کې تشابه لري. دوی اکثرا د درملو یا د تفریحي موادونو په توګه کارول کیږي. ځینې مصنوعي کیټینونه خطرناک وي او غوښتنې لرو چې احتیاط وکړئ. په دې لیست کې ځینې مثالونه شامل دي: * α-PVP * MDPV * MeO-PVP * β-کتو * دیفنوکسیپلامین د دې موادو اغیزې کیدی شي: * د زړه او وینې فشار ډیروالی * د ذهني حالت بدلون * د عصابیاتو زیان * مړینه که تاسو په دې موادو کارولو سره ستونې لرو، مهرباني وکړئ د مرستې لپاره تماس وکړئ. [Recovery Kernel] [Naloxone] [COMT] [DRD2] [MTHFR] [Blueprint] [findahelpline.com]
مرکزی ټولګه -- پروتوکول ۰۹، خوب تنظیم.	خپله خوب وده بیا راټول کړئ.
مرکزی ټولګه -- پروتوکول ۰۵	چاپیریال بیا رغونه / د رسیدو محدودیت

د ۱۲ ګنډ - پای.

پناهځای

څخه د وتلو په کاري سختوي، هغه اوږده او ستونزه بې هوښ نه ده؛ بلکې دا چې د يادو درملو MMC-چې څه شی 3 ځانګړتيا دا ده چې "يو څه نور" ترلاسه کول يې ترټولو اسانه شي، بيا بيا، د لسګونو ساعتونو لپاره. پدې پوهيدا سره چې دا يو ميکانيزم دی، نه يوازې يو شخصيت کې ضعف، د جګړې ډېره برخه ده. پاتې برخه په بشپړم او نهم څېرک کې تشريح شوې: د يو طبي متخصص له مخې ټول معلومات ترلاسه کول، هغه څه بدلول چې ستاسو لاس ورکي، او د يو ژوند جوړولو لپاره چې خپل تکراري او ريښتيني مزايې ولري - هغه څه چې 3 MMC-تل يې يوازې درناوی کاوه.

3 :MMC-د پروګرام پای ته رسولو پروتوکول

د خطر کمولو لپاره معلومات -- دا طبي مشوره نه ده -- د اورژانس پاملرنې بديل هم ندي.

Crisis Resources: 988 (Suicide & Crisis Lifeline, call or text) | Crisis Text: HOME to 741741 | SAMHSA: 1-800-662-4357